INSTRUCCIÓN ESPIRITUAL

Instrucción Espiritual

DE HAGAVAN SRI RAMANA MAHARSHI

PREFACIO A LA EDICIÓN ORIGINAL EN TAMIL

El mundo de habla Tamil conoce bien la historia de la vida y las instrucciones espirituales de Bhagavan Sri Ramana Maharshi a través de los libros que ya se han publicado. Él brilla en la resplandeciente Colina de Arunachala (Tiruvannamalai) como el sol del conocimiento que destruye las aflicciones de aquellos que le adoran. En este libro llamado Upadesa Manjari (ramillete de instrucciones espirituales), Sri Natananda, un verdadero devoto suyo, que le sirve y le alaba poniendo a sus pies de loto muchas guirnaldas de cantos, ha sacado a la luz las palabras de Bhagavan escuchadas por él en diversas ocasiones. Consiste en preguntas y respuestas que comprenden cuatro capítulos titulados *upadesa* (instrucción), *abhyasa* (práctica), *anubhava* (experiencia) y *arudha* (obtención). Pido humildemente a los devotos que acepten este pequeño libro que ofrece alimento completo para el espíritu.

Viswanathan
Sri Ramanasramam
2 de febrero de 1934

INVOCACIÓN

Busco refugio en los sagrados pies del bienaventurado Ramana, que opera toda la obra de creación, preservación y destrucción, mientras permanece enteramente desapegado, y que nos hace conscientes de lo que es real, y así nos protege, para que yo pueda poner por escrito sus palabras adecuadamente.

IMPORTANCIA DE LA OBRA

Adorando con los instrumentos (de pensamiento, palabra y cuerpo) los sagrados pies de loto de Bhagavan Sri Ramana Maharshi, la encarnación misma del supremo *Brahman* infinito y sin comienzo, el *Satchitananda* (existencia-consciencia-felicidad), he recogido este ramillete de las flores de sus instrucciones (*upadesamanjari*) para el beneficio de aquellos que son adelantados entre los buscadores de la Liberación, y que son adorados por las personas instruidas, para que se adornen con él y obtengan la salvación.

Este libro es un epítome de las palabras inmortales de esa gran alma, Sri Ramana Maharshi, cuyas enseñanzas disiparon enteramente las dudas y las nociones falsas de esta humilde persona como el sol disipa la oscuridad.

El tema de este libro es ese eterno *Brahman* que brilla como el pináculo y corazón de todos los *Vedas* y los *Agamas*.

Esa incomparable Auto-realización (*atmasiddhi*), que es alabada por todas las *Upanishads*, y que es el bien supremo que han de buscar todos los nobles aspirantes (*bramavids*), es el tema de esta obra.

CAPÍTULO I

INSTRUCCIÓN
(*Upadesa*)

1. ¿Cuáles son las marcas de un verdadero maestro (Sadguru)?
Permanencia estable en el Sí mismo, considerar todo con un ojo igual, coraje sostenido en todos los tiempos, en todos los lugares y circunstancias, etc.

2. ¿Cuáles son las marcas de un discípulo sincero (sadsisya)?
Un intenso anhelo por la eliminación de la aflicción y la obtención del gozo, y una aversión intensa por todo tipo de placeres mundanos.

3. ¿Cuáles son las características de la instrucción (upadesa)?
La palabra «*upadesa*» significa: «cerca del lugar o de la sede» (*upa*-cerca, *desa*-lugar o sede). El Guru, que es la incorporación de lo que se indica por los términos *sat, chit,* y *ananda* (existencia, consciencia y felicidad), impide que el discípulo que, debido a su aceptación de las formas de los objetos de los sentidos, se ha desviado de su verdadero estado y consecuentemente está afligido y apaleado por los gozos y las penas, continúe así y le establece en su propia naturaleza verdadera sin diferenciación.

Upadesa significa también mostrar muy cerca un objeto distante. Es hacer irrefutablemente claro al discípulo que el *Brahman* que él cree distante y diferente de sí mismo, está cerca y no es diferente de sí mismo.

4. Si es verdad que el Guru es el propio Sí mismo (atman) de uno, ¿cuál es el principio en el que se basa la doctrina que dice que, por muy erudito que sea un discípulo o cualesquiera que sean los poderes que pueda poseer, no puede alcanzar la auto-realización (atma-siddhi) sin la gracia del Guru?
Aunque en la verdad absoluta el estado del *Guru* es el de uno mismo, es muy difícil, para el Sí mismo que ha devenido el alma individual (*jiva*) debido a la ignorancia, realizar su verdadero estado sin la gracia del *Guru*.

Todos los conceptos mentales son controlados por la mera presencia del verdadero *Guru*. Si el *Guru* dijera al que proclama arrogantemente que ha visto la otra orilla del océano de la sabiduría o al que pretende arrogantemente que puede llevar a cabo obras casi imposibles, «Sí, tú has aprendido todo lo que había que aprender, pero ¿has aprendido a (conocerte) a ti mismo? Y tú, que eres capaz de hacer obras que son casi imposibles, ¿te has visto a ti mismo?», ellos inclinarían sus cabezas (avergonzados) y se quedarían callados. Así pues, es evidente que sólo por la gracia del *Guru*, y por ningún otro cumplimiento, es posible conocerse a uno mismo.

5. ¿Cuáles son las marcas de la gracia del Guru?
Está más allá de palabras o pensamientos.

6. Si eso es así, ¿cómo es que se dice que el discípulo realiza su verdadero estado por la gracia del Guru?
Es como el elefante que despierta al ver un león en su sueño. Lo mismo que el elefante despierta a la mera visión del león, así también es cierto que el discípulo despierta del sueño de la ignorancia a la vigilia del verdadero conocimiento a través de la benevolente mirada de la gracia del *Guru*.

7. ¿Cuál es la significación del dicho de que la naturaleza del verdadero Guru es la del Señor Supremo (Sarvesvara)?
En el caso del alma individual que desea obtener el estado del verdadero conocimiento o el estado de Divinidad (*Isvara*), y que con ese objeto practica siempre la devoción, cuando la devoción del individuo ha alcanzado un estado de

madurez, el Señor, que es el presenciador de ese alma individual e idéntico con ella, aparece en forma humana con la ayuda de *sat-chit-ananda*, Sus tres marcas naturales, y con forma y nombre que asume también graciosamente, y, so pretexto de bendecir al discípulo, le absorbe en Sí Mismo. Según esta doctrina, el *Guru* puede ser llamado verdaderamente el Señor.

8. ¿Cómo, entonces, algunas grandes personas obtuvieron el conocimiento sin un Guru?
Para unas pocas personas maduras el Señor brilla como la luz del conocimiento e imparte la consciencia de la verdad.

9. ¿Cuál es el fin de la devoción (bhakti) y la vía del Siddhanta (es decir, el Saiva Siddhanta)?
Es aprender la verdad de que todas las acciones de uno realizadas con devoción inegoísta, con la ayuda de los tres instrumentos purificados (el cuerpo, el habla y la mente), en calidad de siervo del Señor, devienen las acciones del Señor, y permanecer libre del sentido de «yo» y «mío». Ésta es también la verdad de lo que los *Saiva-Siddhantines* llaman *para-bhakti* (devoción suprema) o vivir en el servicio de Dios (*irai-pani-nittral*).

10. ¿Cuál es el fin de la vía del conocimiento (jnana o Vedanta)?
Es saber la verdad de que el «yo» no es diferente del Señor (*Isvara*), y liberarse de la sensación de ser el hacedor (*kartrtva, ahamkara*).

11. ¿Cómo puede decirse que el fin de ambas vías es el mismo?
Cualesquiera que sean los medios, la destrucción del sentido «yo» y «mío» es la meta, y como éstos son interdependientes, la destrucción de cualquiera de ellos causa la destrucción del otro; por consiguiente, para obtener ese estado de Silencio que es más allá del pensamiento y la palabra, bastarán igualmente ya sea la vía del conocimiento que elimina el sentido de «yo» o ya sea la vía de la devoción que elimina el sentido de «mío»[1]. Así pues, no hay ninguna duda de que el fin de las vías de la devoción y del conocimiento es uno y el mismo.

12. ¿Cuál es la marca del ego?
El alma individual en la forma de «yo» es el ego. El Sí mismo, que es de la naturaleza de la inteligencia (*chit*), no tiene ningún sentido de «yo». Tampoco el cuerpo insenciente posee un sentido de «yo». Puesto que la causa raíz de todos estos trastornos es la misteriosa aparición de un ego ilusorio entre lo inteligente y lo insenciente, a su destrucción, por cualquier medio que sea, eso que existe realmente se verá como es. Esto es llamado Liberación (*moksha*).

CAPÍTULO II

PRÁCTICA
(*Abhyasa*)[2]

1. ¿Cuál es el método de la práctica?[3]
Como el Sí mismo de una persona que trata de obtener la realización del Sí mismo no es diferente de él, y como no hay nada otro que él o superior a él que tenga que ser obtenido por él, puesto que la realización del Sí mismo es sólo la realización de la propia naturaleza de uno, el buscador de la Liberación realiza su verdadera naturaleza, sin ninguna duda ni ninguna incomprensión, distinguiendo lo eterno de lo transitorio, y nunca se aparta de su estado natural. Esto es conocido como la práctica del conocimiento. Ésta es la indagación que lleva a la Auto-realización.

2. ¿Puede esta vía de la indagación ser seguida por todos los aspirantes?
Esta vía es adecuada sólo para las almas maduras. El resto debe seguir diferentes métodos según el estado de sus mentes.

3. ¿Cuáles son los otros métodos?
Son (I) *stuti*, (II) *japa*, (III) *dhyana*, (IV) *yoga*, (V) *jnana*, etc.

(I) *stuti* es cantar alabanzas del Señor con un gran sentimiento de devoción.
(II) *japa* es recitar los nombres de los dioses o los *mantras* sagrados como *Om*, ya sea mental o verbalmente. (Mientras se siguen los métodos de *stuti* y *japa*, la mente estará a veces concentrada (*lit.* cerrada) y a veces dispersa (*lit.* abierta). Las divagaciones de la mente no serán evidentes para aquellas personas que siguen estos métodos).
(III) *dhyana* denota la repetición de los nombres, etc., mentalmente (*japa*) con sentimientos de devoción. En este método, el estado de la mente se comprenderá fácilmente. Pues la mente no deviene concentrada y dispersa simultáneamente. Cuando uno está en *dhyana*, no está en contacto con los objetos de los sentidos, y cuando está en contacto con los objetos, no está en *dhyana*. Por consiguiente, aquellos que están en este estado pueden observar las divagaciones de la mente inmediatamente y, deteniendo a la mente en su pensar otros pensamientos, fijarla en *dhyana*. La perfección en *dhyana* es el estado de permanencia en el Sí mismo (*lit.*, de permanencia en la forma de «eso», *tadakaranilai*).
Puesto que la meditación opera de una manera extremadamente sutil en la fuente misma de la mente, no es difícil percibir su surgimiento y submersión.
(IV) *yoga*: La fuente del soplo es la misma que la de la mente; por consiguiente, la submersión de uno de ellos lleva sin esfuerzo a la del otro. La práctica de aquietar la mente a través del control del soplo (*pranayama*), se llama *yoga*.
Fijando sus mentes en los centros psíquicos tales como el *sahasrara* (*lit.* el loto de los mil pétalos), los yoguis permanecen algún tiempo sin consciencia de sus cuerpos. Mientras este estado continúa, ellos parecen estar inmersos en algún tipo de gozo. Pero cuando la mente que ha devenido quiescente, emerge (deviene activa de nuevo), reasume sus pensamientos mundanos. Por tanto, siempre que deviene externalizada, es necesario entrenarla con la ayuda de prácticas como *dhyana*. Entonces obtendrá un estado en el que no hay ni submersión ni emergencia.
(V) *jnana* es la aniquilación de la mente, en la cual se hace que asuma la forma del Sí mismo, a través de la práctica constante de *dhyana* o indagación (*vichara*). La extinción de la mente es el estado en el cual hay una cesación de todos los esfuerzos. Aquellos que están establecidos en este estado, no se apartan nunca de su verdadero estado. Los términos «silencio» (*mouna*) e inacción, se refieren sólo a este estado.

4. ¿Es el estado de «quiescencia» un estado con esfuerzo o sin esfuerzo?

No es un estado de indolencia sin esfuerzo. Todas las actividades mundanas, que se llaman ordinariamente esfuerzo, se llevan a cabo con la ayuda de una porción de la mente y con interrupciones frecuentes. Pero el acto de comunión con el Sí mismo (*atma vyavahara*) o permanecer quiescente internamente, es una intensa actividad que se lleva a cabo con toda la mente y sin ninguna interrupción.

Maya (ilusión o ignorancia), que no puede ser destruida por ningún otro acto, es completamente destruida por esta intensa actividad que es llamada «silencio» (*mouna*).

5. ¿Cuál es la naturaleza de maya?

Maya es lo que nos hace considerar como no-existente al Sí mismo, la Realidad, que es siempre y por todas partes presente, omnipenetrante y auto-luminoso, y como existentes al alma individual (*jiva*), al mundo (*jagat*) y a Dios (*para*), que se ha probado concluyentemente que son no-existentes en todo tiempo y lugar.

6. Puesto que el Sí mismo brilla por sí mismo, ¿por qué no es reconocido generalmente como los demás objetos del mundo por todas las personas?

Siempre que se conocen objetos particulares, es el Sí mismo el que se ha conocido a sí mismo en la forma de esos objetos. Pues lo que se conoce como conocimiento o consciencia es solo la patencia del Sí mismo (*atma shakti*). El Sí mismo es el único senciente. No hay nada aparte del Sí mismo. Si hay esos objetos, todos ellos son insencientes y, por consiguiente, ni pueden conocerse a sí mismos ni pueden conocerse mutuamente unos a otros. Es debido a que el Sí mismo no conoce su verdadera naturaleza de esta manera, por lo que parece estar inmerso y luchando en el océano del nacimiento (y la muerte) en la forma del alma individual.

7. Aunque el Señor es omnipenetrante, parece, por pasajes como «adornándole a través de Su Gracia», que Él sólo puede ser conocido a través de Su Gracia. ¿Cómo puede entonces el alma individual, por sus propios esfuerzos, obtener la realización del Sí mismo en la ausencia de la Gracia del Señor?

Puesto que el Señor significa el Sí mismo, y puesto que la Gracia significa la presencia o revelación del Señor, no hay ningún tiempo en que el Señor permanezca desconocido. Si la luz del sol es invisible para el búho, es sólo culpa de ese pájaro y no del sol. Similarmente, ¿puede la inconsciencia del Sí mismo por las personas ignorantes, del Sí mismo que es siempre de la naturaleza de la consciencia, deberse a otra cosa que a su propia culpa? ¿Cómo puede ser la culpa del Sí mismo? Se debe a que la Gracia es de la naturaleza misma del Señor, por lo que él es bien conocido como la «Gracia bendita». Por consiguiente, el Señor, cuya naturaleza misma es Gracia, no tiene que otorgar Su Gracia. Tampoco hay ningún tiempo particular para otorgar Su Gracia.

8. ¿Qué parte del cuerpo es la morada del Sí mismo?

Se indica generalmente el corazón en el lado derecho del pecho. Esto se debe a que usualmente nosotros señalamos al lado derecho del pecho cuando nos referimos a nosotros mismos. Algunos dicen que el *sahasrara* (el loto de los mil pétalos) es la morada del Sí mismo. Pero si eso fuera verdadero, la cabeza no caería hacia delante cuando nos dormimos o nos desvanecemos.

9. ¿Cuál es la naturaleza del corazón?

Al describirle, los textos sagrados dicen:

Entre los dos pezones, por debajo del pecho y por encima del abdomen, hay seis órganos de diferentes colores[4]. Uno de ellos, que se parece al brote de nenúfar y que está situado dos dedos a la derecha, es el corazón. Está invertido y dentro de él hay un pequeño orificio que es la sede de la densa oscuridad (ignorancia) llena de deseos. Todos los nervios síquicos (*nadis*) dependen de él. Es la morada de las

fuerzas vitales, de la mente y de la luz (de la consciencia). (Ver *Appendix to Reality in Forty Verses 18-19*).

Pero, aunque se describa así, el significado de la palabra corazón (*hrdayam*) es el Sí mismo (*atman*). Como es denotado por los términos existencia, consciencia, felicidad, eterno y pleno (*sat, chit anandam, nityam, purnam*), el Sí mismo no tiene diferencias tales como exterior e interior, arriba o abajo. Este estado quiescente en el que todos los pensamientos acaban, es llamado el estado del Sí mismo. Cuando es realizado como es, no hay ningún lugar para discusiones sobre su localización dentro o fuera del cuerpo.

10. ¿Por qué surgen en la mente pensamientos de muchos objetos, incluso cuando no hay ningún contacto con objetos externos?

Todos esos pensamientos se deben a las tendencias latentes (*purva samskaras*). Aparecen sólo a la consciencia individual (*jiva*) que ha olvidado su verdadera naturaleza y deviene externalizada. Siempre que se perciban cosas particulares, debe hacerse la indagación: «¿Quién es el que las ve?»; entonces desaparecerán de inmediato.

11. Los triples factores (es decir, el conocedor, lo conocido y el conocimiento), que están ausentes en el sueño profundo, en el samadhi, etc., ¿cómo se manifiestan en el Sí mismo (en los estados de vigilia y de sueño con sueños)?

Desde el Sí mismo surgen en sucesión:

(I) *Chidabhasa* (consciencia reflejada) que es una suerte de luminosidad.

(II) *Jiva* (la consciencia individual), o el veedor, o el primer concepto.

(III) Fenómeno, que es el mundo.

12. Puesto que el Sí mismo está libre de las nociones de conocimiento e ignorancia, ¿cómo puede decirse que penetra el cuerpo en la forma de senciencia o que imparte senciencia a los sentidos?

Los hombres sabios dicen que hay una conexión entre la fuente de los diversos nervios psíquicos y el Sí mismo, que ésta es el nudo del corazón, que la conexión entre lo senciente y lo insenciente existirá hasta que sea cortada con la ayuda del verdadero conocimiento, que lo mismo que la fuerza sutil e invisible de la electricidad viaja a través de los cables y hace muchas cosas maravillosas, así también la fuerza del Sí mismo viaja a través de los nervios psíquicos y, penetrando el cuerpo entero, imparte senciencia a los sentidos, y que si se corta este nudo, el Sí mismo permanecerá como siempre es, sin ningún atributo.

13. ¿Cómo puede haber una conexión entre el Sí mismo, que es conocimiento puro, y los triples factores, que son conocimiento relativo?

De alguna manera, esto es como el funcionamiento de un cine como se muestra abajo:—

LA SESIÓN DE CINE	**EL SÍ MISMO**
1/ La lámpara en el interior (del aparato) 2/ La lente enfrente de la lámpara 3/ La película, que es una larga serie de (fotogramas separados) 4/ La lente, la luz que pasa a través de ella y la lámpara, que juntas forman la luz enfocada 5/ La luz que pasa a través de la lente y se proyecta en la pantalla 6/ Los diversos tipos de imágenes que aparecen en la luz de la pantalla 7/ El mecanismo que pone en marcha la película	1/ El Sí mismo 2/ La mente pura (*sáttvica*) cerca del Sí mismo 3/ El flujo de tendencias latentes que consiste en pensamientos sutiles 4/ La mente, su iluminación y el Sí mismo, que juntos forman el veedor o el *Jiva* 5/ La luz del Sí mismo que emerge de la mente a través de los sentidos y se proyecta en el mundo 6/ Las diversas formas y nombres que aparecen como los objetos percibidos en la luz del mundo 7/ La ley divina que manifiesta las

	tendencias latentes de la mente

Lo mismo que las imágenes aparecen en la pantalla mientras la película arroja las sombras a través de la lente, así también el mundo fenoménico seguirá apareciendo al individuo en los estados de vigilia y de sueño con sueños mientras haya impresiones latentes. Lo mismo que la lente magnifica las pequeñas manchas de la película hasta un tamaño enorme y cómo se muestran en un segundo un gran número de imágenes, así también la mente amplía las tendencias semejantes a pequeños brotes en pensamientos como grandes árboles y muestra en un segundo innumerables mundos. E igualmente, lo mismo que sólo es visible la luz de la lámpara cuando no hay ninguna película, así también sólo brilla el Sí mismo, sin los factores triples, cuando los conceptos mentales en la forma de tendencias están ausentes en los estados de sueño profundo, de desvanecimiento y de *samadhi*. Lo mismo que la lámpara ilumina la lente, etc., mientras ella misma permanece inafectada, así también el Sí mismo ilumina al ego (*chidabhasa*), etc., mientras él mismo permanece inafectado.

14. ¿Qué es dhyana (meditación)?

Es permanecer como el propio Sí mismo de uno sin apartarse de ninguna manera de la propia naturaleza verdadera de uno y sin sentir que uno está meditando. Como en esta condición uno no es consciente en lo más mínimo de los diferentes estados (vigilia, sueño con sueños, etc.), el sueño profundo (perceptible) aquí también es considerado como *dhyana*.

15. ¿Cuál es la diferencia entre dhyana y samadhi?

Dhyana se obtiene a través de un esfuerzo mental deliberado; en *samadhi*, no existe ningún esfuerzo tal.

16. ¿Cuáles son los factores que hay que tener en cuenta en dhyana? [5], [6], [7], y [8]

Es importante para el que está establecido en su Sí mismo (*atma nishta*), ver que no se aparta lo más mínimo de esta absorción. Al apartarse de su verdadera naturaleza, puede ver ante sí refulgencias brillantes, etc., o escuchar sonidos (inusuales) o considerar como reales las visiones de dioses que aparecen dentro o fuera de sí mismo. No debe ser engañado por éstos y olvidarse de sí mismo.

17. ¿Cuáles son las reglas de conducta que debe seguir un aspirante espiritual (sadhaka)?

Moderación en el alimento, moderación en el sueño y moderación en el habla.

18. ¿Durante cuánto tiempo debe uno practicar?

Hasta que la mente obtenga sin esfuerzo su estado natural de liberación de los conceptos, es decir, hasta que ya no exista el sentido de «yo» y «mío».

19. ¿Cuál es el significado de morar en soledad (ekanta vasa)?

Como el Sí mismo es omnipenetrante, no tiene ningún lugar particular para la soledad. Se llama «morar en soledad» al estado de ser libre de los conceptos mentales.

20. ¿Cuál es el signo de la sabiduría (viveka)?

Su belleza está en permanecer libre del engaño después de realizar la verdad. Sólo hay miedo para el que ve la más mínima diferencia en el *Brahman* Supremo. Mientras hay la idea de que el cuerpo es el Sí mismo, uno no puede ser un realizador de la verdad, quienquiera que uno pueda ser.

21. Si todo acontece según el karma (prarabdha: el resultado de los actos de uno en el pasado), ¿cómo ha de vencer uno los obstáculos a la meditación (dhyana)?

El *prarabdha* concierne sólo a la mente vuelta hacia fuera, no a la mente vuelta hacia adentro. El que busca su verdadero Sí mismo no tendrá miedo de ningún obstáculo.

22. ¿Es el ascetismo (sanyasa) uno de los requisitos esenciales para que una persona devenga establecida en el Sí mismo (atma nista)?

El esfuerzo que se hace para deshacerse del apego al propio cuerpo de uno, se dirige en realidad a permanecer en el Sí mismo. Sólo la madurez del pensamiento y la indagación eliminan el apego al cuerpo, y no las estaciones de la vida (*asramas*), tales como estudiante (*brahmachari*), etc. Pues el apego está en la mente, mientras que las estaciones pertenecen al cuerpo. ¿Cómo pueden eliminar las estaciones corporales el apego de la mente? Puesto que la madurez del pensamiento y la indagación pertenecen a la mente, sólo éstos pueden, indagando con la propia mente, eliminar los apegos que se han producido en ella debido a la inadvertencia. Pero, como la disciplina del ascetismo (*sanyasasrama*) es el medio para obtener el desapasionamiento (*vairagya*), y como el desapasionamiento es el medio para indagar, entrar en el orden de los ascetas puede ser considerado, de alguna manera, como un medio de indagar a través del desapasionamiento. En vez de desperdiciar la vida entrando en el orden de los ascetas antes de estar preparado para ello, es mejor llevar la vida del hogareño. Para fijar la mente en el Sí mismo, que es su verdadera naturaleza, es necesario separarla de la familia de las imaginaciones (*sankalpas*) y de las dudas (*vikalpas*), es decir, renunciar a la familia (*samsara*) en la mente. Éste es el verdadero ascetismo.

23. Es una regla establecida que mientras hay la más mínima idea de yo-soy-el-hacedor, el conocimiento del Sí mismo no puede ser obtenido; pero, ¿es posible para un aspirante que es hogareño desempeñar sus deberes adecuadamente sin este sentido de yo-soy-el-hacedor?

Puesto que no hay ninguna regla respecto de que la acción dependa de un sentido de ser el hacedor, es innecesario preguntarse si una acción tendrá lugar sin un hacedor o sin un acto de hacerla. Aunque el oficial del departamento del tesoro del gobierno pueda parecer, a ojos de otros, estar haciendo su deber, él estará desempeñando sus deberes sin apego, pensando, «Yo no tengo ninguna relación real con todo este dinero», y sin ningún sentido de estar implicado en su mente. De la misma manera, un hogareño sabio también puede desempeñar sin apego los diversos deberes que le hayan tocado según su *karma* pasado, como si fuera una herramienta en las manos de otro. La acción y el conocimiento no son obstáculos uno para otro.

24. ¿De qué utilidad es para su familia un sabio hogareño que está desentendido de sus comodidades corporales y de qué utilidad es su familia para él?

Aunque está enteramente desentendido de sus comodidades corporales, si, debido a su *karma* pasado, su familia tiene que subsistir por sus esfuerzos, puede ser considerado como haciendo servicio a otros. Si lo que se pregunta es si el hombre sabio saca algún beneficio por desempeñar los deberes domésticos, se puede responder que, como él ya ha obtenido el estado de satisfacción completa, que es la suma total de todos los beneficios, y el bien más alto de todos, no busca ganar nada más desempeñando los deberes familiares.

25. ¿Cómo puede ser obtenida la cesación de la actividad (nivritti) y la paz de la mente en medio de los deberes hogareños, que son de la naturaleza de la actividad constante?

Puesto que las actividades del hombre sabio existen sólo a los ojos de los demás, y no a los suyos propios, aunque pueda estar desempeñando tareas inmensas, él, en realidad, no hace nada. Por consiguiente, sus actividades no obstaculizan la vía de la inacción y de la paz de la mente. Pues él conoce la verdad de que todas las actividades tienen lugar en su mera presencia, y que él no hace nada. Así pues, él, permanecerá como el presenciador silente de todas las actividades que tengan lugar.

26. Lo mismo que el karma pasado del Sabio es la causa de sus actividades presentes, ¿no se adherirán a él en el futuro las impresiones (vasanas) causadas por sus actividades presentes?

Sólo es un Sabio el que está libre de todas las tendencias latentes (*vasanas*). Siendo esto así, ¿cómo pueden afectar las tendencias del *karma* al que está enteramente desapegado de la actividad?

27. ¿Cuál es el significado de brahmacharya?

Sólo se debe llamar *brahmacharya* a la indagación en el *Brahman*.

28. ¿Es la práctica de brahmacharya, que se sigue en conformidad con los (cuatro) órdenes de la vida (asramas), un medio de conocimiento?

Puesto que los diversos medios de conocimiento, tales como el control de los sentidos, etc., están incluidos en *brahmacharya*, las prácticas virtuosas seguidas debidamente por aquellos que pertenecen al orden de los estudiantes (*brahmacharines*), son de gran ayuda para su mejora.

29. ¿Puede uno entrar en el orden de los ascetas (sanyasa) directamente desde el orden de los estudiantes (bramacharya)?

Las personas que son competentes no necesitan entrar formalmente en los órdenes de *brahmacharya*, etc., según el orden establecido. El que ha realizado su Sí mismo no distingue entre los diferentes órdenes de la vida. Por consiguiente, ningún orden de la vida le ayuda ni le obstaculiza.

30. ¿Pierde algo el aspirante (sadhaka) por no observar las reglas de casta y los órdenes de la vida?

Puesto que la obtención (*anusthana*, *lit*. práctica) del conocimiento es el fin supremo de todas las demás prácticas, no hay ninguna regla para que aquel que permanece en cualquier orden de la vida, y adquiere conocimiento constantemente, esté obligado a seguir las reglas establecidas para ese orden de la vida. Si sigue las reglas de casta y los órdenes de la vida, lo hace para el bien del mundo. Él no saca ningún beneficio observando las reglas. Ni tampoco pierde nada por no observarlas.

CAPÍTULO III
EXPERIENCIA **(*Anubhava*)**

1. ¿Qué es la luz de la consciencia?

Es la existencia-consciencia autoluminosa que revela al veedor el mundo de los nombres y las formas tanto dentro como fuera. La existencia de esta existencia-consciencia puede inferirse por los objetos iluminados por ella. Ella no deviene el objeto de la consciencia.

2. ¿Qué es conocimiento (vijnana)?

Es ese estado quiescente de existencia-consciencia que es experimentado por el aspirante y que es como el océano sin olas o el éter sin movimiento.

3. ¿Qué es felicidad?

Es la experiencia de gozo (o paz) en el estado de *vijnana* libre de todas las actividades y similar al sueño profundo. Esto también es llamado el estado de *kevala nirvikalpa* (permanecer sin conceptos).

4. ¿Cuál es el estado más allá de la felicidad?

Es el estado de incesante paz de la mente que se encuentra en el estado de quiescencia absoluta, *jagrat-sushupti* (*lit*. sueño profundo con conocimiento), que es semejante al sueño profundo inactivo. En este estado, a pesar de la actividad del cuerpo y de los sentidos, no hay ningún conocimiento externo, como un niño inmerso en el sueño profundo[9] (que no es consciente del alimento que le da su

madre). Un yogui que está en este estado es inactivo, aunque esté comprometido en la actividad. Esto es llamado también *sahaja nirvikalpa samadhi* (estado natural de absorción en uno mismo sin conceptos).

5. ¿Cuál es la autoridad para decir que la totalidad de los mundos móviles e inmóviles dependen de uno mismo?

El Sí mismo significa el ser incorporado. Es sólo después de que la energía, que estaba latente en el estado de sueño profundo, emerge con la idea de «yo», cuando todos los objetos son experimentados. El Sí mismo está presente en todas las percepciones como el perceptor. No hay ningún objeto que se vea cuando el «yo» está ausente. Por todas estas razones puede decirse, indudablemente, que todo sale del Sí mismo y vuelve al Sí mismo.

6. Puesto que los cuerpos y los sí mismos que los animan por todas partes se observa efectivamente que son innumerables, ¿cómo puede decirse que el Sí mismo es sólo uno?

Si se acepta la idea «yo soy el cuerpo»[10], los sí mismos son múltiples. El estado en el cual esta idea se desvanece es el Sí mismo, puesto que en ese estado no hay ningún otro objeto. Es por esta razón por lo que el Sí mismo es considerado como uno sólo.

7. *¿Cuál es la autoridad para decir que el Brahman puede ser aprehendido por la mente y al mismo tiempo que no puede ser aprehendido por la mente?*

No puede ser aprehendido por la mente impura, pero puede ser aprehendido por la mente pura.

8. ¿Qué es la mente pura y qué es la mente impura?

Cuando el poder indefinible del *Brahman* se separa del *Brahman* y, en unión con la reflexión de la consciencia (*chidabhasa*) asume diversas formas, se llama la mente impura. Cuando deviene libre de la reflexión de la consciencia (*abhasa*), a través de la discriminación, se llama la mente pura. Su estado de unión con el *Brahman* es su aprehensión del *Brahman*. La energía que es acompañada por la reflexión de la consciencia es llamada la mente impura, y su estado de separación del *Brahman* es su no aprehensión del *Brahman*.

9. ¿Es posible vencer, mientras existe el cuerpo, el karma (prarabdha), que se dice que dura hasta el fin del cuerpo?

Sí. Si el agente (hacedor) de quien depende el *karma*, a saber, el ego, que ha venido a la existencia entre el cuerpo y el Sí mismo, se sumerge en su fuente y pierde su forma, ¿sobrevivirá el *karma* que depende sólo de él? Por consiguiente, cuando no hay ningún «yo», no hay ningún *karma*.

10. Puesto que el Sí mismo es existencia y consciencia, ¿cuál es la razón para describirle como diferente de lo existente y lo no existente, de lo senciente y lo insenciente?

Aunque el Sí mismo es real, como comprende todo, no deja ningún sitio para preguntas que impliquen dualidad sobre su realidad o irrealidad. Por consiguiente, se dice que es diferente de lo real y lo irreal. Similarmente, aunque es consciencia, puesto que para Él no hay nada que conocer o a lo que hacerse conocido, se dice que es diferente de lo senciente y lo insenciente.

CAPÍTULO IV
LOGRO **(*Arudha*)**

1. ¿Cuál es el estado de la obtención del conocimiento?
Es la permanencia firme y sin esfuerzo en el Sí mismo, en el que la mente, que ha devenido una con el Sí mismo, no emerge subsecuentemente de nuevo en ningún tiempo. Es decir, lo mismo que cada uno tiene usual y naturalmente la idea, «Yo no soy una cabra ni una vaca, ni ningún otro animal, sino un hombre», cuando piensa en su cuerpo, así también, cuando tiene la idea «yo no soy los principios (*tattwas*) que comienzan con el cuerpo y acaban con el sonido (*nada*), sino el Sí mismo que es existencia, consciencia y felicidad», la auto-consciencia innata (*atmaprajna*), se dice que ha obtenido el conocimiento firme.

2. ¿A cuál de las siete etapas del conocimiento (jnana-bhumikas) pertenece el sabio (jnani)?
Pertenece a la cuarta etapa.

3. Si es así, ¿por qué se distinguen tres etapas más superiores a ella?
Las marcas de las etapas cuatro a siete se basan en las experiencias de la persona realizada (*jivanmuktha*). No son estados de conocimiento y liberación. En lo que concierne al conocimiento y la liberación, no se hace ninguna distinción en esas cuatro etapas.
Los siete *jnana bhumikas* son:
1. *subheccha* (el deseo de iluminación)
2. *vicharana* (indagación)
3. *tanumanasa* (mente sutil)
4. *satwapatti* (auto-realización)
5. *asamsakti* (no-apego)
6. *padarthabhavana* (no percepción de los objetos).
7. *turyaga* (transcendencia)

Aquellos que han obtenido los últimos cuatro *bhumikas* son llamados *brahmavit*, *brahmavidvara*, *brahmavidvariya* y *brahmavid varistha* respectivamente.

4. Puesto que la liberación es común a todos, ¿por qué es sólo el varistha (lit. el más excelente) el que es alabado excesivamente?
En lo que concierne a la experiencia común de felicidad del *varistha*, él es alabado sólo por el mérito especial adquirido por él en nacimientos anteriores, que es causa de ello.

5. *Puesto que no hay ninguno que no desee experimentar la felicidad constante, ¿cuál es la razón por la que no todos los sabios (jnanis) obtienen el estado de varistha?*
No se puede obtener por mero deseo o esfuerzo. El *karma* (prarabdha) es su causa. Puesto que el ego muere junto con su causa en la cuarta etapa (*bhumika*), ¿qué agente hay más allá de esa etapa para desear algo o para hacer esfuerzos? Mientras hagan esfuerzos no serán sabios (*jnanis*). ¿Acaso los textos sagrados (*srutis*), que mencionan especialmente al *varistha*, dicen que los otros tres son personas no iluminadas?

6. Puesto que algunos textos sagrados dicen que el estado supremo es ese en el que los órganos de los sentidos y la mente están completamente destruidos; entonces ¿cómo puede ser ese estado compatible con la experiencia del cuerpo y los sentidos?
Si eso fuera así, no habría ninguna diferencia entre ese estado y el estado de sueño profundo. Además, ¿cómo puede decirse que es el estado natural, cuando existe en un momento y no en otro? Esto acontece, como se ha dicho antes, a algunas personas según su *karma* (*prarabdha*), durante algún tiempo o hasta la

muerte. No puede considerarse propiamente como el estado final. Si pudiera considerarse así, significaría que todas las grandes almas y el Señor, que fueron los autores de las obras Vedánticas (*jnana granthas*) y los Vedas, eran personas no iluminadas. Si el estado supremo es ese en el que ni la mente ni los sentidos existen y no el estado en el que existen, ¿cómo puede ser el estado perfecto (*paripurnam*)? Puesto que sólo el *karma* es el responsable de la actividad o inactividad de los sabios, las grandes almas han declarado que sólo el estado de *sahaja nirvikalpa* (el estado natural sin conceptos) es el estado último.

7. ¿Cuál es la diferencia entre el sueño profundo ordinario y el sueño profundo en vigilia (jagrat sushupti)?
En el sueño profundo ordinario no sólo no hay ningún pensamiento, sino que tampoco hay ninguna consciencia. En el sueño profundo en vigilia hay sólo conocimiento. Por ello se le llama estar despierto mientras se duerme, es decir, el sueño profundo en el que hay conocimiento.

8. ¿Por qué el Sí mismo es descrito como el cuarto estado (turiya), y más allá del cuarto estado (turiyatita)?

Turiya significa eso que es el cuarto. Los experimentadores (*jivas*) de los tres estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, conocidos como *visva*, *taijasa* y *prajna*, que vagan sucesivamente en estos tres estados, no son el Sí mismo. Es con el objeto de hacer claro esto, a saber, que el Sí mismo es eso que es diferente de ellos y que es el presenciador de esos estados, por lo que se le llama el cuarto (*turiya*). Cuando se sabe esto, los tres experimentadores desaparecen y la idea de que el Sí mismo es un presenciador, es decir, el cuarto, también desaparece. Por eso es por lo que el Sí mismo es descrito como más allá del cuarto (*turiyatita*).

9. ¿Cuál es el beneficio sacado por el sabio de los libros sagrados (Srutis)?

El sabio, que es la incorporación de las verdades mencionadas en las escrituras, no tiene ninguna necesidad de ellas.

10. ¿Hay alguna conexión entre la obtención de poderes sobrenaturales (siddhis) y la Liberación (mukti)?

Sólo la indagación iluminada conduce a la Liberación. Los poderes sobrenaturales son todos apariencias ilusorias creadas por el poder de *maya* (*mayashakti*). La auto-realización que es permanente es la única obtención verdadera (*siddhi*). Las obtenciones que aparecen y desaparecen, puesto que son el efecto de *maya*, no pueden ser reales. Se obtienen con el objeto de gozar de fama, de placeres, etc. Vienen sin ser buscados a algunas personas a través de su *karma*. Sabe que la unión con el *Brahman* es la meta real de todas las obtenciones. Esto es también el estado de Liberación (*aikya mukti*) conocido como unión (*sayujya*).

11. Si ésta es la naturaleza de la Liberación (moksha) ¿por qué algunas escrituras la relacionan con el cuerpo y dicen que el alma individual puede obtener la Liberación sólo cuando no abandona el cuerpo?
Sólo si la esclavitud es real, han de considerarse la Liberación y la naturaleza de sus experiencias. En lo que concierne al Sí mismo (*Purusha*), no tiene realmente ninguna esclavitud en ninguno de los cuatro estados. Puesto que la esclavitud es meramente una asumición verbal, según la proclamación enfática del sistema Vedanta, ¿cómo puede surgir la cuestión de la Liberación, que depende de la cuestión de la esclavitud, cuando no hay ninguna esclavitud? Sin conocer esta verdad, indagar en la naturaleza de la esclavitud y la Liberación, es como indagar en la estatura, el color, etc., inexistentes, del hijo de una mujer estéril, o en los cuernos de una liebre.

12. Si eso es así, ¿no devienen irrelevantes e inciertas las descripciones de la esclavitud y la liberación que se encuentran en las escrituras?

No, no lo son. Por el contrario, el engaño de la esclavitud, fabricado por la ignorancia desde tiempo inmemorial, sólo puede ser eliminado por el conocimiento; y con este propósito se ha aceptado usualmente el término «Liberación» (*mukti*). Esto es todo. El hecho de que las características de la Liberación sean descritas de diferentes maneras, prueba que son imaginarias.

13. Si eso es así, ¿no son inútiles todos los esfuerzos, tales como el estudio (lit. la escucha), la reflexión, etc.?

No, no lo son. La firme convicción de que no hay ni esclavitud ni liberación, es el propósito supremo de todos los esfuerzos. Puesto que este propósito de ver audazmente, a través de la experiencia directa, que la esclavitud y la liberación no existen, no puede ser obtenido excepto con la ayuda de las antedichas prácticas, los esfuerzos son útiles.

14. ¿Hay alguna autoridad para decir que no hay ni esclavitud ni Liberación?

Esto se decide por la fuerza de la experiencia, y no meramente por la fuerza de las escrituras.

15. Si se experimenta, ¿cómo se experimenta?

«Esclavitud» y «Liberación» son meros términos lingüísticos. No tienen ninguna realidad propia. Por consiguiente, no pueden funcionar por sí mismos. Es necesario aceptar la existencia de alguna cosa básica de la cual son modificaciones. Si uno indaga, «¿para quién hay esclavitud y Liberación?», se verá, «ellas lo son para mí». Si uno indaga, «¿quién soy yo?», uno verá que no hay ninguna cosa tal como el «yo». Entonces será tan claro como un fruto de *amalaka* en la propia mano de uno que lo que queda es el propio ser real de uno. Puesto que esta verdad será natural y claramente experimentada por aquellos que dejan a un lado las meras discusiones verbales e indagan en sí mismos interiormente, no hay ninguna duda de que todas las personas realizadas no ven uniformemente ni esclavitud ni Liberación en lo que concierne al verdadero Sí mismo.

16. Si verdaderamente no hay ni esclavitud ni Liberación, ¿cuál es la razón para la experiencia presente de gozos y aflicciones?

Parecen reales sólo cuando uno se aparta de su propia naturaleza real. En realidad no existen.

17. ¿Es posible para cada uno conocer directamente sin ninguna duda qué es exactamente su propia naturaleza verdadera?

Indudablemente, es posible.

18. ¿Cómo?

Es la experiencia de cada uno que incluso en los estados de sueño profundo, de desvanecimiento, etc., cuando el universo entero, móvil y estacionario, que comienza con la tierra y acaba con lo inmanifestado (*Prakriti*), desaparece, uno no desaparece. Por consiguiente, el estado de ser puro, que es común a todos y que es experimentado siempre directamente por cada uno, es la propia naturaleza verdadera de uno. La conclusión es que todas las experiencias, tanto en el estado iluminado como en el estado ignorante, que pueden ser descritas con palabras nuevas y más nuevas, son opuestas a la propia naturaleza real de uno.

Que este libro que contiene palabras de experiencia, que salen del corazón de loto de Bhagavan Sri Ramana Maharshi, brille como una lámpara de verdadero conocimiento para que ilumine las mentes veraces de aquellos que han renunciado (al mundo).

BENDICIONES

Que el mundo sea bendecido durante mucho tiempo por los pies del Guru Ramana, que mora como ese principio silencioso que nos absorbe a todos, y que permanece por sí mismo como la raíz de los tres principios (alma, mundo e *Iswara*).

---

[1] *NOTA:* Mientras el «yo» exista, es necesario aceptar al Señor también. Si uno desea recuperar fácilmente el estado supremo de identidad (*sayujya*) ahora perdido para él, es preciso que acepte esta conclusión.

[2] Todas las practicas son seguidas sólo con el objeto de concentrar la mente. Como todas las actividades mentales, como recordar, olvidar, odiar, anhelar, rechazar, etc., son modificaciones de la mente, no pueden ser el verdadero estado de uno. Ser simple y sin cambio es la verdadera naturaleza de uno. Por consiguiente, conocer la verdad del propio ser de uno, y serlo, es conocido como liberación de la esclavitud y la destrucción del nudo (*granthi nasam*). Hasta que se alcanza firmemente este estado de tranquilidad de mente, es esencial para un aspirante la práctica de morar sostenidamente en el Sí mismo y de mantener a la mente libre de los diversos pensamientos.

[3] Aunque las prácticas para obtener la fuerza de la mente son numerosas, todas ellas obtienen el mismo fin. Pues puede verse que aquel que concentra su mente sobre un objeto, a la cesación de todos los conceptos mentales, finalmente permanecerá como ese objeto. Esto es llamado meditación lograda (*dhyana siddhi*). Aquellos que siguen la vía de la indagación se dan cuenta de que la mente que queda al final de la indagación es el *Brahman*. Aquellos que practican la meditación se dan cuenta de que la mente que queda al final de la meditación es el objeto de su meditación. Como el resultado es el mismo en ambos casos, el deber de los aspirantes es practicar continuamente cualquiera de estos métodos hasta que se obtiene la meta.

[4] Éstos no son lo mismo que los *Chakras*.

[5] Si los momentos que se gastan pensando en los objetos que no son el Sí mismo, se pasan indagando en el Sí mismo, la realización del Sí mismo será obtenida en un plazo muy corto.

[6] Hasta que la mente deviene establecida en sí misma, es esencial algún tipo de *bhavana* (contemplación de un dios o diosa personificado con profunda emoción y sentimiento religioso). De otro modo, la mente devendrá asaltada frecuentemente por pensamientos descarriados o por el sueño.

[7] Sin pasar todo el tiempo practicando *bhavanas* como «Yo soy *Shiva*», o «Yo soy el *Brahman*», que se consideran *nirgunopasana* (contemplación del Brahman sin atributos), el método de la indagación en uno mismo debe ser practicado tan pronto como se obtiene la fuerza mental que es resultado de tal *upasana* (contemplación),

[8] La excelencia en la práctica (*sadhana*) está en no dar cabida a ningún concepto mental (*vritti*).

[9] Los actos de los niños dormidos, como comer y beber, son actos sólo a los ojos de los demás y no a los suyos propios. Por consiguiente, ellos no hacen realmente esos actos, a pesar de que parezcan hacerlos.

[10] La idea de que uno es su cuerpo, es lo que se llama *hrdaya-granthi* (nudo del corazón). De los diferentes nudos, éste nudo, que ata lo que es consciente con lo que es insenciente, es el que causa la esclavitud.